

# CUADERNO DE ACTIVIDADES

MANUAL DE **PREVENCIÓN Y DETECCIÓN DEL MALTRATO**  
PARA MUJERES CON DISCAPACIDAD PSÍQUICA

**En este cuaderno vas a encontrar numerosos ejemplos de situaciones violentas. Con cada una de ellas, por separado, no se puede decir que haya un maltrato, pero nos pueden poner en alerta.**



¿PARA QUÉ SIRVE ESTE MANUAL?

# “Conocer el maltrato para prevenirlo”

**El maltrato de unas personas a otras es un problema social cada vez más importante.**

Y es importante porque hay **muchas víctimas que lo sufren**, lo que hace que sus vidas se vean muy afectadas por eso.

Este manual permitirá conocer el maltrato para poder prevenirlo y actuar si ocurre.

## ¿QUÉ ES EL MALTRATO?

“Todos y todas nos merecemos un buen trato”

**El maltrato se da cuando una persona hace daño grave o amenaza con frecuencia a otra.**

También es maltrato cuando no se atiende frecuentemente las necesidades básicas de la persona: comida, aseo, atención médica, afecto...

**Es importante distinguir una situación de maltrato de una situación en la que no hay maltrato.**

**Por ejemplo:**

Hay Maltrato:

- Cuando te pegan o te hacen daño
- Cuando te tocan tu cuerpo sin tu consentimiento y sin motivo justificado
- Cuando, con frecuencia, te insultan injusta o indebidamente

No hay Maltrato:

- Cuando alguien, sin querer, te empuja porque se ha tropezado
- Cuando tu madre te regaña porque le has desobedecido
- Cuando una persona te da un beso para demostrarte su cariño

**ACTIVIDAD 1**

- 1°. Haced grupos de cuatro personas y pensad a qué personas podéis hacerle esta entrevista.
- 2°. Recuerda que cuando vayas a hacer la entrevista a alguien debes presentarte (si no te conoce) y explicar que esto es una actividad del curso de prevención de maltrato. Después, puedes empezar a preguntarle.
- 3°. Piensa que puedes pasarlo a personas conocidas o no: a tu educadora, al director del centro, a tu madre, a tu padre, a un hermano, a una vecina, a un policía, etc.

Si queréis, llevaos la entrevista hasta la próxima sesión para preguntar a vuestra familia. En la próxima sesión, lo pondremos en común.

**PRESENTACIÓN:** Me llamo .....y quiero hacerte una entrevista para una actividad del curso de prevención del maltrato. ¿Es posible hacerla ahora?.....

**PREGUNTAS:**

- ¿Cuál es tu nombre?

.....

- ¿A qué te dedicas?

.....

- ¿Qué entiendes por maltrato?

.....

- ¿Qué clases de maltrato piensas que hay?

.....

- ¿Cómo piensas que suele ser la persona que maltrata?

.....

- ¿Cómo piensas que suele ser la persona maltratada?

.....

- ¿Crees que se podría hacer algo más para solucionar el problema del maltrato? .....

¿Qué? .....

.....

También podéis inventaros más preguntas (pero no la hagáis muy larga).

Escribe el nombre de las personas a quienes vais a entrevistar (no es necesario que sean muchas):

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“Todos y todas nos merecemos un buen trato”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....

PROTAGONISTAS: VÍCTIMA Y AGRESOR/A

“El/la agresor/a  
hace daño, la  
víctima lo sufre”

## PROTAGONISTAS: VÍCTIMA Y AGRESOR/A

*Soy Santi y tengo 22 años. Durante la semana, asisto a un centro para formarme y aprender un oficio y los fines de semana me gusta salir, hacer deporte e ir al cine.*



*¿Santi viene de Santiago o de Puente Alto?*

*Hay personas que maltratan a otras.*

**VÍCTIMA:**

**Es la persona que sufre el daño o la amenaza.**

También es la persona que no recibe los cuidados que necesita.

**Puede ser cualquier persona, incluso, nosotros mismos o nosotras mismas.**

**AGRESOR/A:**

**El/la agresor/a es la persona que produce daño o amenaza a otra.**

También es la persona que está encargada de cuidar a otra y no lo hace.

**Puede ser cualquier persona: un o una familiar, un maestro o maestra, una pareja, un compañero o compañera, un vecino o vecina... o, incluso, nosotros mismos o nosotras mismas.**

Puede ser hombre o mujer.

Pueden ser personas conocidas o desconocidas.

## ACTIVIDAD 1

Lee las siguientes frases y marca con una X si corresponde a la víctima o al agresor/a. Justifica tu respuesta en grupo. Ten en cuenta que esto no significa que se esté ante una situación de maltrato, aunque pueden ser signos de alerta.

 VÍCTIMA		 AGRESOR/A
	Me estás haciendo daño	
	Siempre lo haces todo mal	
	¿Por qué me tienes que insultar?	
	No te pongas esa ropa tan corta	
	No te enteras nunca de nada	
	Yo es que todo lo hago mal	
	Tengo miedo	
	No me grites que me duele	
	Yo no quería pegarte, es que estaba nervioso	
	No cuentes a nadie lo que te he hecho	
	Perdóname, nunca lo volveré a hacer más	
	No me gusta que me mires cuando me desnudo	
	Mi opinión nunca cuenta	
	Ayúdame	

**ACTIVIDAD 2.** Role-playing

Por parejas, plantead diferentes situaciones donde uno represente a la víctima y otro al agresor. Piensa que esta situación se puede dar en distintos contextos (en la casa, en el trabajo, en el centro, en la calle, ...).

Después, delante de todo el grupo, cada pareja representará un ejemplo que haya pensado.

**ACTIVIDAD 3**

En grupo, representa con gestos (sin hablar) cada uno de los siguientes sentimientos personales:

- miedo
- rabia
- tristeza
- confusión
- dependencia
- desprecio
- soledad
- autoridad
- enfado

Piensa ahora en quién puede tener cada uno de esos sentimientos, la víctima, el agresor/a o ambos. Explica al grupo tu respuesta.

¿QUIÉN PUEDE SENTIR...?	VÍCTIMA	AGRESOR/A	AMBOS
Miedo			
Rabia			
Tristeza			
Confusión			
Dependencia			
Desprecio			
Soledad			
Autoridad			
Enfado			

**ACTIVIDAD 4.** Música-forum

Escucha la canción “Malo” de Bebe y subraya las frases o palabras que más te llaman la atención. Después, coméntalas en grupo.

Mientras la escuchas, intenta relacionar cuáles son los sentimientos de la actividad anterior que salen en la canción.

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“El/la agresor/a  
hace daño, la  
víctima lo sufre”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....

“Físico,  
psicológico  
y sexual”

## TIPOS DE MALTRATO

Hay varios tipos de maltrato:

- > **Físico:** Es cualquier tipo de daño corporal causado a una persona (por ejemplo: golpes, mordeduras, quemaduras, heridas, etc.)
- > **Psicológico:** Es la agresión que afecta emocionalmente a la persona, de manera grave, y que va destruyendo su autoestima (por ejemplo: insultos, burlas, gritos, amenazas, etc.)
- > **Sexual:** Se da cuando se obliga a una persona a mantener relaciones o actos sexuales que no quiere tener (por ejemplo: tocamientos, penetraciones, etc.)



**ACTIVIDAD 1**

Lee las siguientes historias y contesta las preguntas:

**Beatriz es tu vecina. Ella tiene una hermana que se llama Pepa. Pepa siempre insulta a Beatriz porque no le gusta cómo viste y no quiere salir con ella a la calle por vergüenza.**

**Un día, te encuentras a Beatriz sentada muy triste en la puerta de su casa y, cuando le preguntas qué le pasa, te cuenta que Pepa le ha dicho: “No quiero que nadie te vea conmigo, me avergüenza”.**

¿Qué le ocurre a Beatriz? .....

.....

.....

¿Cómo podría actuar Beatriz? .....

.....

.....

¿Crees que podrías ayudarle? ¿Cómo? .....

.....

.....

Carlos es un amigo tuyo que trabaja como carpintero desde hace tres años. Al principio, él estaba muy contento pero desde hace unos meses se siente triste. No quiere ir al trabajo.

Un día le preguntas qué le pasa y él te cuenta que un compañero le quema continuamente a propósito con el cigarrillo cuando no mira nadie y no lo quiere comentar en la empresa por si le echan del trabajo.

¿Qué le ocurre a Carlos? .....

.....

.....

.....

¿Cómo podría actuar Carlos? .....

.....

.....

.....

¿Crees que podrías ayudarlo? ¿Cómo? .....

.....

.....

.....

Claudia es tu prima y te llama por teléfono para contarte una situación que le ha pasado hace un rato.

Te dice que estaba sola en su casa y que llamaron a la puerta. Ella preguntó: “¿quién es?” Y un hombre contestó: “vengo a entregar un paquete”. Ella miró por la mirilla y vió un hombre vestido, con chaqueta y corbata. Como iba bien vestido le abrió la puerta. Cuando entró le dijo: “quítate la ropa” y se abalanzó sobre ella.

¿Qué le ha ocurrido a Claudia? .....

.....

.....

.....

¿Cómo debería haber actuado Claudia? .....

.....

.....

.....

¿Crees que podrías ayudarle? ¿Cómo? .....

.....

.....

.....

De cada una de las tres situaciones que has leído, di cuál se corresponde con cada tipo de maltrato mediante flechas.

**BEATRIZ**

**SEXUAL**

**CARLOS**

**FÍSICO**

**CLAUDIA**

**PSICOLÓGICO**

## ACTIVIDAD 2. Role-playing

En pequeños grupos, plantead una situación de cada tipo de maltrato. Es decir, una historia sobre maltrato físico, otra de maltrato psicológico y otra de maltrato sexual.

Después, delante de todo el grupo, se representará un ejemplo de cada tipo de maltrato.

**ACTIVIDAD 3**

Mira estos dibujos y contesta las siguientes preguntas:



> ¿qué está ocurriendo en el dibujo? .....

.....

.....

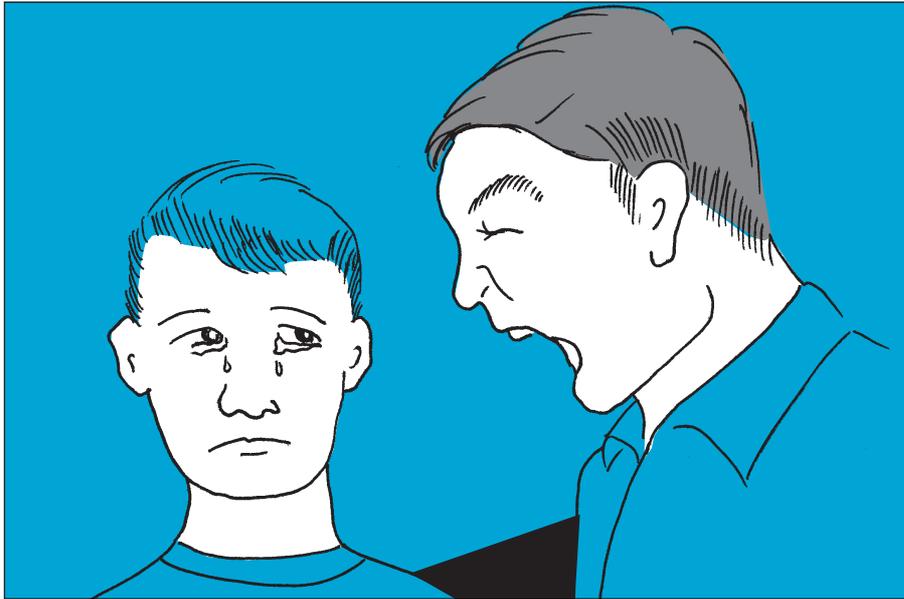
.....

> ¿qué sienten las personas que aparecen en el dibujo?

.....

.....

.....



> ¿qué está ocurriendo en el dibujo? .....

.....  
.....  
.....

> ¿qué sienten las personas que aparecen en el dibujo?

.....  
.....  
.....



> ¿qué está ocurriendo en el dibujo? .....

.....

.....

.....

> ¿qué sienten las personas que aparecen en el dibujo?

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 4**

En grupos, realiza un mural donde expliques los tres tipos de maltrato: físico, psíquico o sexual. Utiliza frases, dibujos o fotos de periódicos o revistas.

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Busca en periódicos o en Internet artículos que hablen del maltrato para que los comentemos en grupo en la próxima sesión.

“No me  
pegues”

## MALTRATO FÍSICO. ABANDONO

El maltrato físico es cualquier situación que produzca un daño corporal grave en las personas y se puede dar en cualquier contexto: en la familia, con los compañeros o compañeras, con amigos y amigas, con educadores o educadoras, con la pareja o con personas desconocidas.

Algunos ejemplos de maltrato físico son:

- > pegar
- > arañar
- > morder
- > hacer heridas
- > hacer quemaduras

También existe el abandono físico, que es la carencia de las atenciones y la falta frecuente del cuidado que una persona necesita para poder desarrollarse y tener cubiertas todas sus necesidades de alimento, aseo y atención sanitaria, cuidado y vigilancia.



**ACTIVIDAD 1**

Haz un dibujo que represente un ejemplo de maltrato físico. Después, comenta la situación que has querido dibujar.

**ACTIVIDAD 2. Role-playing**

Lee la siguiente historia:

**Santi y Pablo trabajan juntos en un centro. Pablo le pide a Santi su destornillador y Santi le contesta que se lo dejará cuando termine su trabajo. Pablo se enfada y le agrede.**

¿Cómo crees que continúa la historia? Por parejas, representa esta situación y ponle un final.

**ACTIVIDAD 3**

Marca con un círculo en rojo las situaciones en las que hay maltrato físico y con azul en las que no lo hay.

- te tropiezas por la calle con un desconocido y te caes
- tu primo pequeño te tira del pelo
- tu compañera te empuja con frecuencia
- tu vecino te toca el culo cada vez que te ve
- tu compañero te da con la herramienta de trabajo sin querer
- tu hermano te quema con un cigarro a propósito
- la persona responsable de ti no te da de cenar a menudo
- tu madre te obliga a lavarte los dientes

**Une con flechas estas frases con la respuesta más adecuada.**

Te tropiezas por la calle con un desconocido y te caes	¡Qué juguetón está el bebé!
Tu primo pequeño te tira del pelo	¿Es que tampoco voy a cenar hoy?
Tu compañera te empuja con frecuencia	¡Ay! Lo siento. No te he visto
Tu vecino te toca el culo cada vez que te ve	Ten cuidado con esa herramienta, que hace daño
Tu compañero te da con la herramienta de trabajo sin querer	Si me vuelves a empujar, se lo digo al monitor
Tu hermano te quema con un cigarro a propósito	Ya voy, mamá
La persona responsable de ti no te da de cenar a menudo	No me pellizques
Tu madre te obliga a lavarte los dientes	Como me vuelvas a quemar, se lo digo a mamá

**ACTIVIDAD 4. De cine**

Representad la situación de la actividad número 2 y grabadla en vídeo como si fuerais actores y actrices. Después, podéis ponerla en televisión y comentar la película en grupo.

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“No me pegues”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....

“Tus insultos y gritos me desagradan”

## MALTRATO PSICOLÓGICO

El maltrato psicológico se puede dar cuando se produce un daño psíquico grave a otra persona, se destruye su autoestima y su confianza personal.

Algunos ejemplos de este tipo de maltrato son: insultos, gritos y desprecios, falsas acusaciones, amenazas, manipulaciones, intimidación, críticas destructivas, otras palabras que hacen que una persona se sienta inferior a otra y cuando no tienes tus necesidades de cariño cubiertas.



**ACTIVIDAD 1**

Observa estas viñetas y piensa qué es lo que ocurre. Después, en grupo, comenta las respuestas a las preguntas.



1. ¿qué crees que debe hacer ella? Comentad en grupo las respuestas de cada persona.

.....

.....

2. ¿qué crees que debe hacer él? Comentad en grupo las respuestas de cada persona.

.....

.....

3. Si ella fuera tu amiga y te pidiera consejo, ¿qué le dirías? Comentad en grupo las respuestas de cada persona.

.....

.....

**ACTIVIDAD 2. Role-playing**

Inventad, entre todo el grupo, cuál es el futuro que os gustaría que tuviera la protagonista de la actividad anterior y representarlo en una obra de teatro.

**ACTIVIDAD 3**

Pon tres ejemplos de las distintas formas de maltrato psicológico que hay a continuación:

> Insultos: .....

.....

.....

> > Amenazas/intimidación:.....

.....

.....

.....

> Desprecios: .....

.....

.....

> Críticas destructivas:.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 4.** De teatro

Organizad grupos de cinco personas y representad esta obra de teatro:

**Personajes:** madre, padre, hermano 1, hermana 2 y novia del hermano 1.

Están en el salón de la casa todos los personajes cenando.

- > HERMANO 1: ¡Me han subido el sueldo! Y nos vamos a comprar una casa.
- > NOVIA: Sí, estamos buscando piso.
- > MADRE: ¡Qué alegría! ¡Pronto tendremos boda!
- > HERMANA 2: Yo también quiero trabajar y casarme...
- > PADRE: Pero ¿cómo vas a trabajar tú si no sabes hacer nada?
- > HERMANA 2: Pues estoy aprendiendo y tienes que respetar mi ritmo.
- > PADRE: Claro... ¿no será en ese centro al que vas?
- > NOVIA: ¿Has probado a trabajar alguna vez?
- > HERMANA 2: No, pero me gustaría ser jardinera.
- > PADRE: Pero si no eres capaz ni de vivir sola.
- > HERMANA 2: Pues tengo pensado irme a vivir a un piso con unos compañeros y quiero que en esta decisión me respetes.
- > HERMANO 1: Yo estaré cerca para apoyarte en lo que necesites.
- > PADRE: Tú, cuando tengas tu vida, ni te acordarás de tu pobre hermana.
- > MADRE: No tienes que tomar ninguna decisión. Ya me ocupo yo de todo. Tú me ayudarás en casa y me harás compañía.

¿Cuáles son los sentimientos que tiene la protagonista de esta historia? Coméntalo con el grupo.

.....

.....

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“Tus insultos y gritos me desagradan”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....

“Hay caricias que sientan MAL”

## VIOLENCIA SEXUAL

La violencia o abuso sexual se produce cuando se obliga a una persona a mantener una relación sexual contra su voluntad.

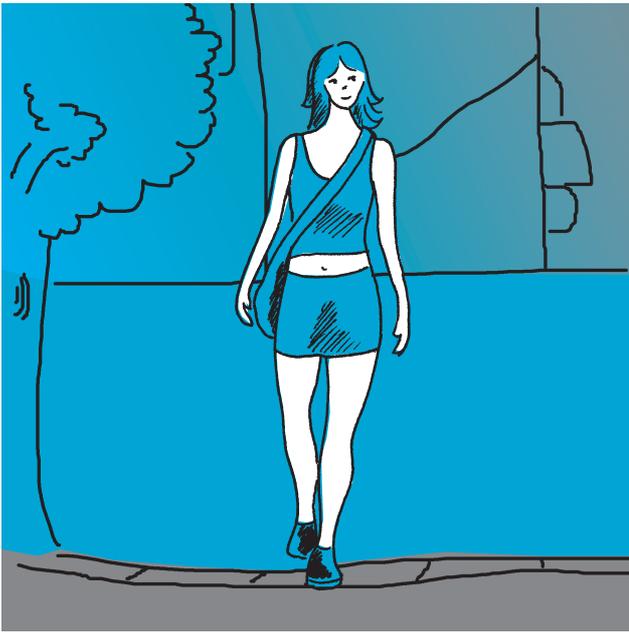
El agresor puede ser hombre o mujer y de cualquier edad.

La violencia sexual puede ser de muchos tipos: cuando te obligan a desnudarte o cuando te tocan sin tu permiso sin motivo justificado, etc.



## ACTIVIDAD 1

Lee esta historia:



María se ha vestido esta mañana con una ropa que le gusta mucho: lleva una falda corta y una camiseta ajustada, con un escote grande.

Por la tarde salió a pasear con su pandilla y su amigo Javier le tocó el culo y le dijo: - “¡Hay que ver cómo estás!”

María le contestó: - “Déjame tranquila”  
Javier le dijo: - “Es que me estás provocando con esa ropa. Si no te hubieras vestido así no te habría hecho nada”.

Ahora piensa en la historia y contesta:

1. ¿Quién crees que tiene razón, María o Javier? Comentad en grupo las respuestas de cada persona

.....

.....

2. Piensa en la siguiente frase y comentadla en grupo: LA CULPA SIEMPRE LA TIENE QUIEN HACE EL DAÑO, NUNCA LA VÍCTIMA.

.....

.....

**ACTIVIDAD 2.** Role-playing

Lee esta historia:

**“Juan y Carmen se conocieron hace poco y han quedado para ir al cine. Compran las entradas y las palomitas y se sientan en su butaca. Empiezan a ver la película”.**

Inventad, por parejas, dos finales a esta historia:

**FINAL 1:** en el que haya un abuso sexual

**FINAL 2:** en el que haya un gesto de afecto

Representad ambos finales en grupo y comentadlo.

## ACTIVIDAD 3



Mira con atención estos dos dibujos y explica qué ves en cada uno:

¿Piensas que hay un abuso sexual en las dos situaciones?, ¿por qué? Comenta en grupo tus respuestas.

Piensa otros ejemplos en los que puedes ser tocado o tocada, y situaciones en las que no debes ser tocado o tocada.

.....

.....

**ACTIVIDAD 4.** Defiéndete

Imagínate que estás en una situación de abuso sexual. Hay alguien que te propone algo que tú no quieres hacer.

Piensa en tres frases que le dirías para conseguir que pare y escríbelas en tres papeles en blanco (cada frase en un papel)

Ahora mezclad todos los papeles escritos y que cada uno escoja tres papeles al azar.

Ahora leed en voz alta los papeles que habéis escogido (da igual que sean los tuyos o que no lo sean).

Podéis hacer tantas rondas como queráis.

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“Hay caricias  
que sientan  
**MAL**”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....



“Perdóname,  
nunca volverá  
a pasar”

## FASES DEL MALTRATO

En el maltrato se suelen producir una serie de fases que se repiten, formando un círculo cerrado. Las fases son las siguientes:

- > Tensión
- > Explosión
- > Arrepentimiento

El/la agresor/a hace el daño y, después, se arrepiente de lo que ha hecho.

La víctima cree la disculpa y le perdona.

En el maltrato, estas tres fases suelen repetirse frecuentemente.



## ACTIVIDAD 1

Une con flechas, según corresponda, el nombre de cada fase, su definición y un ejemplo.

NOMBRE DE LA FASE	DEFINICIÓN	EJEMPLO
> <b>Tensión</b>	Después de los momentos de agresión, se da una situación de amabilidad y conductas cariñosas. <b>El agresor/a suele mostrar su arrepentimiento y realiza promesas de que va a cambiar</b> , de que no va a volver a hacer otra vez algo similar.	¡Eres inútil, te mereces una paliza!
> <b>Explosión</b>	Se dan sobre todo <b>agresiones verbales</b> (insultos, humillación, menosprecio, ...). El agresor/a cuestiona y critica todo lo que hace la víctima.	Lo siento, nunca más lo volveré a hacer.
> <b>Arrepentimiento</b>	<b>Aparecen comportamientos violentos graves</b> . Se llega a una situación extrema y comienzan los maltratos físicos, psíquicos y/o sexuales.	¡No me digas eso que me estoy poniendo nervioso!

**ACTIVIDAD 2.** Role-playing

Lee esta historia:

“Pepe y M<sup>a</sup> Luisa son hermanos. Ambos son mayores y trabajan. M<sup>a</sup> Luisa está casada y tiene dos hijos. Pepe tiene discapacidad y vive con ellos.

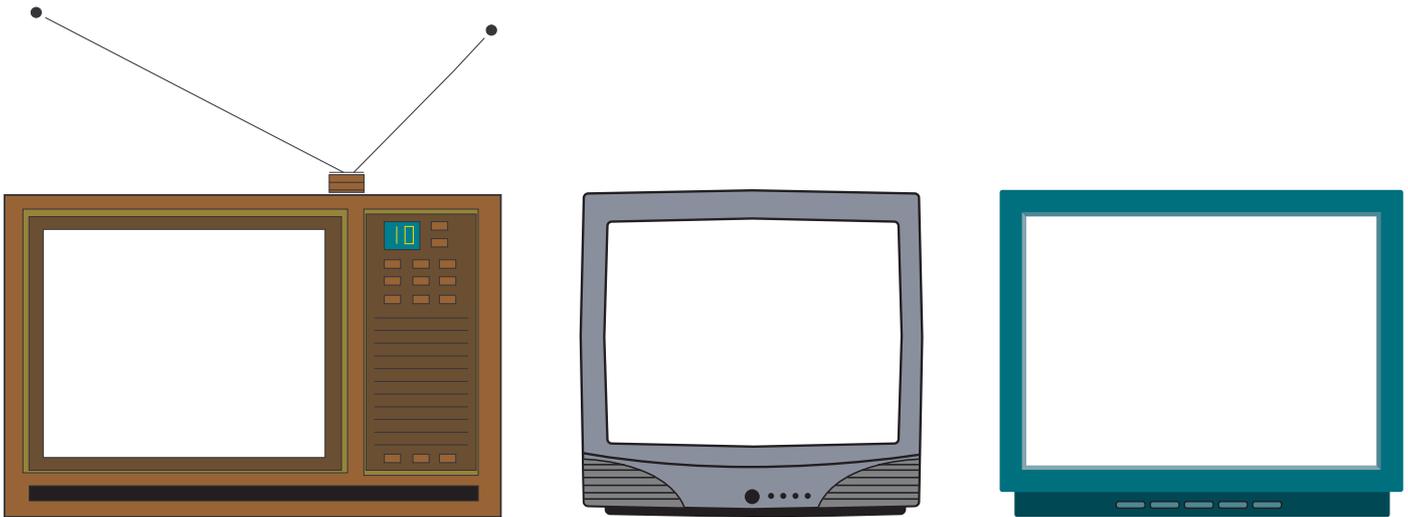
Frecuentemente, M<sup>a</sup> Luisa insulta y regaña a Pepe y un día, están poniendo la mesa y a Pepe se le cae un vaso al suelo y se rompe. M<sup>a</sup> Luisa, que es muy nerviosa y se enfada muy pronto, le dice...”

Ahora, escribe las frases que diría M<sup>a</sup> Luisa en cada una de las fases del maltrato:

FASE	FRASES QUE SE DICEN EN ESTA FASE
> <b>Tensión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es que siempre la estás haciendo</li> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> </ul>
> <b>Explosión</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eres tonto. Como no prestes atención te voy a dar un bofetón</li> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> </ul>
> <b>Arrepentimiento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lo siento</li> <li>•</li> <li>•</li> <li>•</li> </ul>

Ahora, leedlas en voz alta a todo el grupo para comentarlas.

## ACTIVIDAD 3



Haced tres grupos y que cada uno dibuje en una cartulina un televisor en grande (aquí tenéis varios ejemplos). Recortad la parte que corresponde a la pantalla.

Ahora, imaginad que tenéis que representar por televisión cada una de las fases del maltrato con vuestra cara (sin hablar).

Ahora, uno a uno, vais poniendo delante de vuestra cara el televisor y **representad, con la cara, el gesto que se corresponde a cada fase, para que el resto del grupo pueda adivinarlo.**

## ACTIVIDAD 4

Hay películas que hablan sobre el maltrato y que nos ayudan a conocer la situación que viven quienes sufren malos tratos. **Intenta ver, por ejemplo, “Te doy mis ojos” dirigida por Icíar Bollaín (2003) y coméntarla en el grupo, con tu familia, etc.**

**Fíjate, especialmente, en las escenas en las que el psicólogo y Antonio, el protagonista, hablan de las fases del maltrato.**

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“Perdóname,  
nunca volverá  
a pasar”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....



“No te pases”

## ABUSO / AFECTO

Una persona abusa de otra cuando se comporta de una manera indebida o injusta con ella y le provoca algún daño físico, psicológico o sexual, de cierta gravedad.

También hay abuso cuando se obliga a alguien a hacer algo que no quiere, sin motivo justificado, y que le hace sentir mal.

Es muy importante distinguir entre abuso de tipo sexual y afecto. Es afecto un abrazo, una caricia o un beso, siempre que sea una situación agradable.

*Hola Santi, ¿Cómo estás? Veo que muy bien como siempre. Anda pasa y siéntate al lado mío*



*Hola. Vale, pero pronto he de irme a casa.*

*Esa ropa te sienta muy bien.*



*No quiero que me toques. no me gusta y me siento muy mal.*

*Sabes que lo hago por que te quiero. Si me dejas te compraré lo que quieras ¿Qué te gusta?*



*He dicho que no quiero que me toques, no me gusta. No quiero nada.*

**ACTIVIDAD 1**

Vamos a revisar algunos conceptos relacionados con este tema. Para ello, recorta las palabras que aparecen en la página siguiente y pégalas junto a la definición a la que correspondan:

> Cuando se utiliza una mentira para obligar a otra persona a hacer algo que no quiere.

> Cuando se tiene un gesto agradable con alguien porque se le tiene cariño.

> Cuando se obliga a alguien a hacer algo que no desea o cuando se le provoca un daño físico, emocional o social.

> Cuando se ofrece algo que gusta a cambio de que alguien haga algo que no quiere.

> Cuando se utiliza el miedo a que pase algo malo, si no se cumple determinada condición.

**ABUSO**

**AFECTO**

**AMENAZA**

**SOBORNO**

**ENGAÑO**

A continuación, escribe un ejemplo de frase para cada palabra:

**ABUSO** .....

.....

.....

**AFECTO** .....

.....

.....

**AMENAZA** .....

.....

.....

**SOBORNO** .....

.....

.....

**ENGAÑO** .....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2** Role-playing

*Hola Santi, ¿Cómo estás? Veo que muy bien como siempre. Anda pasa y siéntate al lado mío*



*Hola. Vale, pero pronto he de irme a casa.*

*Esa ropa te sienta muy bien.*



*No quiero que me toques. no me gusta y me siento muy mal.*

*Sabes que lo hago por que te quiero. Si me dejas te compraré lo que quieras ¿Qué te gusta?*



*He dicho que no quiero que me toques, no me gusta. No quiero nada.*

Lee otra vez la historia que hay en el manual.

Ahora, por parejas, pensad en qué podría hacer Santi para salir de esa situación y representadlo en grupo. En cada representación, podéis comenzar leyendo las viñetas anteriores y terminar con el final que hayáis inventado.

**ACTIVIDAD 3**

Rodea con un círculo, en las siguientes frases, cuando se da un abuso y cuando es afecto:

ABUSO		AFECTO
	Mi vecino me ofrece dinero si me voy con él a su casa	
	Mi padre me da muchos besos	
	Una persona desconocida me invita a irme con ella en su coche y luego empieza a tocarme	
	Mi novia me da un beso en el cuello	
	Caminando por la calle, alguien me grita una grosería	
	Mi jefe me da una palmada en la espalda para felicitar-me por el trabajo	
	Mi amigo me intenta besar, aunque le digo que no quiero	
	Mi tío me invita a ir al cine	
	Mi hermano me critica y ridiculiza	
	Una persona por la calle me toca el culo	
	Mi hermana entra conmigo al probador cuando voy a comprarme ropa	
	Mi madre me ayuda a ducharme	
	Me presentan a una persona y me da un par de besos	
	Mi compañera me dice que, si cuento que me toca a escondidas, dejará de ser mi amiga	
	Una persona desconocida me enseña sus genitales	
	Mi educador me pide que me quite la ropa para verme desnuda o desnudo	
	Me dan un beso para felicitar-me el cumpleaños	
	Alguien que me quiere mucho me da un abrazo	

Recortad las páginas siguientes con los dibujos de abuso y de afecto. A continuación, cuando el educador o educadora lea cada frase en alto, cada persona debe levantar el dibujo que corresponda. Si lo preferís, podéis colorearlo para que quede más bonito.





**ACTIVIDAD 4**

Para conocer bien los dos conceptos que estamos trabajando vamos a decorar cada uno según lo que nos sugiere. En la página siguiente, colorea con colores alegres y hazle dibujos positivos (por ejemplo: corazones, flores, soles, etc.) a la palabra AFECTO y haz lo mismo con colores oscuros y dibujos negativos (por ejemplo: rayos, calaveras, monstruos, etc.) a la palabra ABUSO.

A F E C T O

ABUSO

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“No  
te pases”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....



“Este es nuestro  
secreto”

## EL SECRETO

El silencio de la víctima y del agresor/a suele ser habitual en situaciones de maltrato. Estas situaciones violentas sólo son visibles para los demás cuando el daño es grave.

Este silencio puede ser consecuencia de las amenazas o frases dichas por el agresor/a, tales como: **"No se lo cuentes a nadie, es nuestro secreto"**, **"Si le cuentas lo que ha pasado a alguien, no te voy a querer más"**

Hay secretos buenos y malos y tenemos que saber diferenciarlos bien.

La víctima es la única perjudicada al guardar este "secreto". La mejor solución es contar lo sucedido a quien le pueda ayudar



**ACTIVIDAD 1**

Hay secretos buenos y secretos malos y tenemos que saber diferenciarlos bien. Rodea con un círculo los ejemplos de secretos buenos y tacha los ejemplos de secretos malos.

- > Llega el cumpleaños de tu hermano y vamos a hacerle una fiesta sorpresa.
- > ~~Tu vecino te toca y te promete un regalo si no se lo cuentas a nadie.~~
- > Tu mejor amiga te cuenta que le gusta un chico y te pide que no lo cuentes a nadie.
- > Le has comprado un regalo de aniversario a tu pareja y no le dices lo que es hasta que se lo das.
- > Tu educador te insulta continuamente y te pide que no hables de eso con nadie.
- > Has visto una película de intriga y no le cuentas el final a tu madre, que aún no la ha visto.
- > Tu amigo te toca los genitales sin tu consentimiento y te dice que te va a dar dinero si no lo cuentas.
- > Un vecino te pide que te vayas con él a su casa y que no se lo digas a tus padres.
- > Una persona desconocida te da un beso, te dice que es vuestro secreto y que no lo debes contar.
- > Tu prima ha quedado con un chico y te pide que no se lo cuentes a nadie
- > Tu mejor amigo te dice que otra persona le está pegando y te pide que no lo cuentes porque tiene miedo a que le pegue más.

**ACTIVIDAD 2** Role-playing

Por parejas, inventaos dos historias: una en la que haya un secreto bueno (que creas que debes guardar) y otra en la que haya un secreto malo (que no creas que se debe guardar). Pensad en cuál es el final más adecuado a cada historia.

Preparad una representación para hacerla delante del grupo.

**ACTIVIDAD 3**

Rellena los huecos que faltan en el texto, con las palabras siguientes:

**Buenos / Ayuda / Víctima / ~~Secreto~~ / Confianza / Amenaza / Silencio / Contárselo**

- > Si una persona hace algo que no nos gusta y nos pide que no se lo contemos a nadie, es un mal **Secreto**
- > Al agresor/a le interesa que la \_\_\_\_\_ guarde silencio sobre el maltrato.
- > Un ejemplo de \_\_\_\_\_ es la frase: “si le cuentas lo que ha pasado a alguien, no te voy a querer más”.
- > Hay secretos \_\_\_\_\_ y malos.
- > Si alguien quiere tocarte y tú no quieres, debes \_\_\_\_\_ a alguien de tu confianza.
- > El agresor/a utiliza el \_\_\_\_\_ de la víctima para continuar sus abusos sin ser descubierto.
- > Si un amigo o una amiga tiene \_\_\_\_\_ en nosotros, nos puede pedir que le guardemos un secreto.
- > Cuando la víctima se da cuenta de que hay un mal secreto (que creas que no debes guardar), puede contar su problema a alguien para pedir \_\_\_\_\_.

**ACTIVIDAD 4** El dibujo secreto

Haz un dibujo secreto (puedes dibujar lo que tú quieras) y coloréalo. Después, recorta los bordes y dáselo a tu educador o educadora. Él o ella, recortará el dibujo haciendo las piezas de un puzzle y las introducirá en un sobre para que no se confundan con las de los compañeros, ni se pierdan piezas.

A continuación, el educador o educadora volverá a repartir los sobres al azar. Con el sobre que recibas, tendrás que averiguar el dibujo secreto que te ha tocado, realizando el puzzle



**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“Este es nuestro secreto”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....



“Me quiero tal  
como soy”

## AUTOESTIMA

**La autoestima es quererse, aceptando todas las limitaciones y capacidades de uno mismo o una misma y de los demás.**

Implica respetarse a sí mismo o a sí misma y enseñar a los demás a hacerlo.

**Si te quieres bien, serás más feliz y la gente que te rodea, también.**

*Me encantó la película que vi anoche. Iba de una pareja que...*



**ACTIVIDAD 1**

Elige características positivas y negativas que te definan. Después, de forma individual se expondrán a la clase.

**CARACTERÍSTICAS PERSONALES**

<b>POSITIVAS</b>	<b>NEGATIVAS</b>
PUNTUAL	IMPUNTUAL
ALEGRE	TRISTE
SIMPÁTICO/A	ANTIPÁTICO/A
TRABAJADOR/A	GANDUL/A
LIMPIO/A	SUCIO/A
AMABLE	GROSERO/A
SINCERO/A	SERIO/A
ORDENADO/A	DESORDENADO/A
EDUCADO/A	MALEDUCADO/A
TRANQUILO/A	NERVIOSO/A
GENEROSO/A	TACAÑO/A
CARIÑOSO/A	ESTÚPIDO/A

**ACTIVIDAD 2**

Leed, en grupo, uno de los dos cuentos siguientes:

**LA BALLENA CAROLINA Y EL MOSQUITO ROBERTO**

La ballena Carolina y el mosquito Roberto tenían el mismo problema, pero al revés. La ballena Carolina gritaba llorosa:

- ¡Por más que como y como, nunca engordo!
- Pero Carolina, eres inteligente, simpática, amable, divertida y bailarina. A todos nos encanta estar contigo -le decían sus amigos.

Y ella añadía:

- ¡Y, sobre todo, soy flaca, flaquísima, la ballena más flaca del mundo!

Al mosquito Roberto le goteaban las lágrimas por su trompita afilada.

- ¡Procuro no comer, pero mi vientre no para de crecer!, -chillaba desconsolado.
- Pero, Roberto, si tú eres más listo que el hambre y rápido como el viento -le decían todos.

Total que Carolina y Roberto no eran capaces de apreciar sus valores porque estaban obsesionados con su aspecto físico. Así hubieran seguido tiempo y tiempo de no haber sido porque una noche la trompita de Roberto despertó con un fuerte olor a quemado.

- ¡El bosque se quema! -gritó.

Todos los animales se reunieron a la orilla del mar. Decidieron hacer una cadena y pasarse agua entre las patas. Pero el fuego avanzaba más y más.

Roberto comentó:

-Si lográramos que las ballenas se acercaran hasta aquí...

-¡Estás loco, Roberto! Las ballenas viven en alta mar. Nunca vendrán -le dijeron.

Sin embargo, Roberto emprendió el más rápido y más arriesgado de sus vuelos en busca de las ballenas y las encontró. Cuando contó lo que sucedía en el bosque, le prestaron poca atención y la gran ballena rayada dijo:

-Sentimos mucho que en la tierra tengáis ese problema con el fuego, pero no nos afecta para nada.

Roberto se sintió triste y dio media vuelta.

Entonces, oyó:

-Si un animal tiene un problema y podemos ayudarle, debemos hacerlo. Lo que sucede en la tierra también es asunto nuestro. Me voy con él - dijo Carolina muy enfadada.

De modo que invitó a Roberto a subirse sobre su cabeza y nadó a toda prisa hacia la tierra.

Cuando los animales del bosque pensaban que ya no se podía hacer nada, un gigantesco surtidor de agua saltó por encima de sus cabezas y cayó sobre el bosque. Al volverse vieron a una ballena muy delgada haciendo el pino para que el surtidor de agua que salía de su cabeza fuera a parar a los árboles.

Al principio, se alegraron mucho, pero al ver que no lograba apagar el fuego se sintieron desanimados otra vez.

Y así estaban, sin saber qué hacer, cuando se dieron cuenta de que una hilera de ballenas se colocaba a ambos lados de Carolina. En un instante, un montón

de surtidores regó la tierra como una lluvia amiga y protectora, sofocando el fuego por completo.

Entonces sí que se pusieron contentos y empezaron a dar gracias a las ballenas, hasta que la gran ballena rayada dijo:

-No es a nosotras a quienes debéis dar las gracias, sino a Roberto y a Carolina, por su generosidad y su valor.

Tras las palabras de la gran ballena rayada, todas las ballenas y los animales del bosque formaron un gran círculo que iba del mar a la tierra y de la tierra al mar. En el centro, Carolina, que era una gran bailarina, y Roberto, que era muy despierto, bailaban y bailaban, felices. Ayudando a los demás animales, habían descubierto por fin que, delgada o gorda, gordo o delgado, lo importante es que cada una y cada uno tiene en su interior algo realmente bello que aportar a los demás.

Sonia Cáliz

**DESPUÉS DE LEER EL CUENTO:**

¿Qué defectos se veían Carolina y Roberto?

.....

.....

.....

¿Qué cualidades les veían los demás?

.....

.....

.....

Los defectos de estos personajes, ¿les impidieron salvar el bosque? ¿Por qué?

.....

.....

.....

Carolina y Roberto tienen un cambio importante a lo largo del cuento. ¿Cuál es?

.....

.....

¿Y qué actitud valoras más?

.....

.....

.....

## LAS RANITAS EN LA NATA

Había una vez dos ranas que cayeron en un recipiente de nata.

Inmediatamente se dieron cuenta de que se hundían: era imposible nadar o flotar demasiado tiempo en esa masa espesa como arenas movedizas. Al principio, las dos ranas patalearon en la nata para llegar al borde del recipiente. Pero era inútil, sólo conseguían chapotear en el mismo lugar y hundirse.

Sentían que cada vez era más difícil salir a la superficie y respirar. Una de ellas dijo en voz alta: "No puedo más. Es imposible salir de aquí. En esta materia no se puede nadar. Ya que voy a morir, no veo por qué prolongar este sufrimiento. No entiendo qué sentido tiene morir agotada por un esfuerzo estéril".

Dicho esto, dejó de patalear y se hundió con rapidez, siendo literalmente tragada por el espeso líquido blanco.

La otra rana, más persistente o quizá más tozuda se dijo: "¡No hay manera! Nada se puede hacer para avanzar en esta cosa. Sin embargo, aunque se acerque la muerte, prefiero luchar hasta mi último aliento. No quiero morir ni un segundo antes de que llegue mi hora".

Siguió pataleando y chapoteando siempre en el mismo lugar, sin avanzar ni un centímetro, durante horas y horas. Y de pronto, de tanto patalear y batir las ancas, agitar y patalear, la nata se convirtió en mantequilla.

Sorprendida, la rana dio un salto y, patinando, llegó hasta el borde del recipiente. Desde allí, pudo regresar a casa croando alegremente.

Jorge Bucay

**DESPUÉS DE LEER EL CUENTO:**

¿Qué diferencias encuentras entre los dos protagonistas de la historia que has leído?

.....

.....

.....

¿Con cuál de los dos personajes te identificas más? ¿Por qué?

.....

.....

.....

¿A cuál de los dos personajes valoras más? ¿Por qué?

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 3.** Cuestionario de Autoconcepto

Señala con un SÍ las características que poseas y señala con un NO las características con las que no te identifiques.

**Pon un ejemplo de las características que poseas**

Características	SÍ / NO	EJEMPLO
Respetuoso/a		
Mañoso/a		
Cariñoso/a		
Amable		
Impulsivo/a		
Alegre		
Impaciente		
Generoso		
Nervioso/a		
Gruñón/a		
Educado/a		
Tranquilo/a		
Gracioso/a		
Agresivo/a		
Valiente		
Simpático/a		
Rencoroso/a		
Sincero/a		
Inteligente		
Responsable		
Aventurero/a		
Trabajador/a		
Independiente		
Creativo/a		
Divertido/a		
Intrépido/a		
Líder		
Solidario/a		
Buen compañero/a		

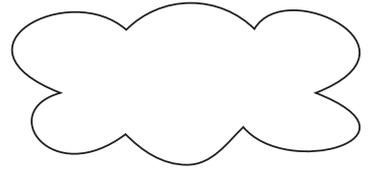
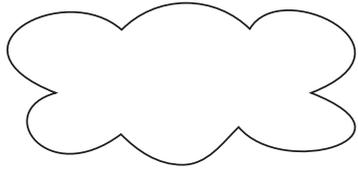
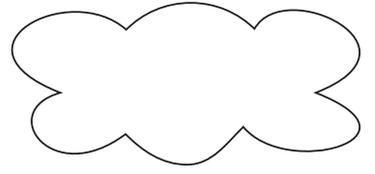
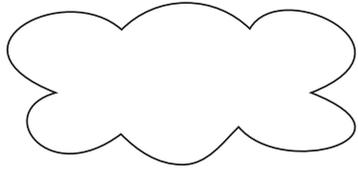
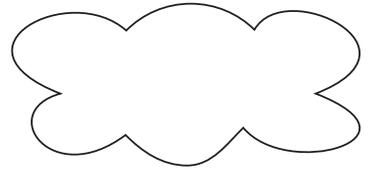
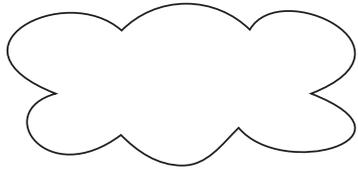
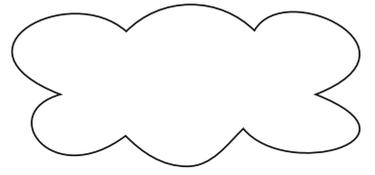
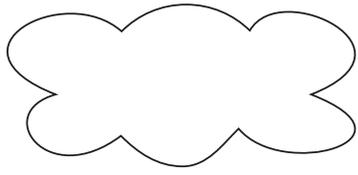
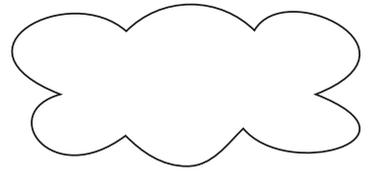
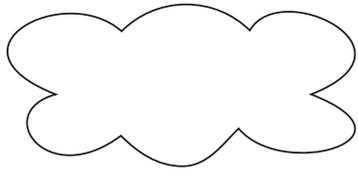
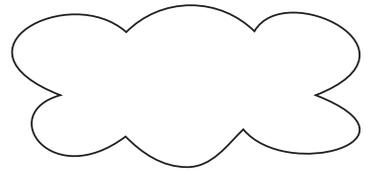
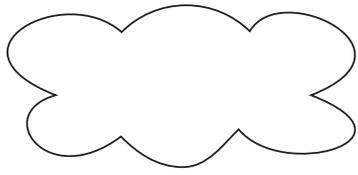
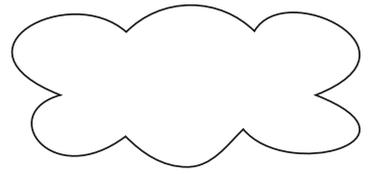
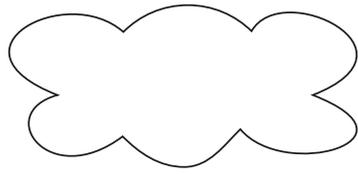
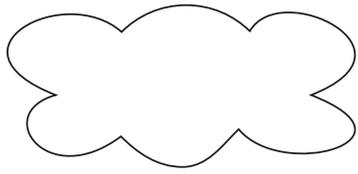
**Escoge la característica que más te define y coméntala con el resto del grupo.**

**ACTIVIDAD 4**

En la página siguiente, pon tu nombre en la parte superior y **haz un dibujo en el centro sobre ti mismo/a**. Después, cada uno/a explicará al grupo su dibujo y el resto de compañeros y compañeras analizarán si el dibujo refleja a la persona que lo ha realizado.

Seguidamente, se pasará la hoja al compañero de la derecha para que escriba una cualidad tuya dentro de una nube. Este compañero se lo pasará a otro hasta que todos hayan escrito una cualidad tuya. Cuando vuelva a llegar a ti, tendrás tu dibujo y las características que tus compañeros resaltan de ti.

NOMBRE.....





**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“Me quiero tal  
como soy”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....

“Acéptame  
como soy”

## EL RESPETO

**Respeto es:**

- Valorar a una persona tal y como es.
- Aceptar sus diferencias.
- Permitir que tome sus propias decisiones.

En resumen, tratar a esa persona de la misma manera en la que deseas ser tratado o tratada.

**¿Te imaginas un mundo en el que todos seamos iguales?...¡qué aburrido!**

**Pero ¡presta atención! No debes confundir la falta de respeto con un consejo o con una opinión diferente. Piensa que en ocasiones, tus amigos, padres, hermanos o alguna otra persona puede decirte algo distinto a lo que tú piensas; eso sí, sin gritos, sin insultos y sin amenazas.**

*Podríamos ir al polideportivo y practicar algún deporte.*



*¡De Acuerdo!, me gusta la idea.*

*Podemos tirar canastas en la pista de baloncesto. Es mi deporte favorito.*



*Prefiero jugar a otra cosa. Podríamos practicar voleibol*

*¡Te equivocas! no jugaremos a esa bobada. Como siempre, nunca sabes lo que dices.*



*Sólo he dicho que a mí me gusta más el voleibol. Sólo eso.*

*Si no quieres jugar al baloncesto, no jugarás a nada.*

**ACTIVIDAD 1** Los parecidos y las diferencias

Por parejas, tenéis que entrevistaros mutuamente para conocer cuáles son las cosas en las que os parecéis y en cuáles sois diferentes. Marcad con una X en la columna de parecidos, si habéis coincidido o de diferencias, si no habéis coincidido.

	<b>PARECIDOS</b>	<b>DIFERENCIAS</b>
Color de pelo		
Comida favorita		
Número de zapato		
Edad		
¿Prefieres campo o playa?		
Deporte favorito		
Color favorito		
Animal favorito		
Color de ojos		
Mes de nacimiento		
Número de hermanos/as		
Programa de televisión favorito		
Canción favorita		
¿Prefieres cine o baile?		
<b>TOTAL</b>		

Cuenta las X que has puesto en cada columna y escríbelos en el Total. Así podréis ver si hay más diferencias o más parecidos con la persona con quien te has entrevistado.

**ACTIVIDAD 2** Role-playing

Piensa en alguna situación en la que tú hayas visto que se ha faltado el respeto a alguien. Ahora, cuéntala delante del grupo o, si lo prefieres, represéntala. Si necesitas ayuda de otras personas para contar tu historia, pídelas.

Cada historia puede ser comentada por el resto del grupo para ver si lo consideran como una falta de respeto o no.

**ACTIVIDAD 3**

Escribe, junto a cada ejemplo, lo que tú creas que corresponda, según sea un **CONSEJO** o una **FALTA DE RESPETO**:

> “No salgas a la calle porque llueve”: **CONSEJO**

> “Eres una inútil”: .....

> “No sabes hacer nada bien”: .....

> “Deberías acostarte temprano”: .....

> “Tienes que trabajar para ganar dinero”: .....

> “¿No vas a ceder tu asiento a esa señora en el autobús?": .....

> “No salgas a la calle porque eres muy fea y se van a reír de ti” .....

.....

> “Cómo vas a ir al cine con tus amigos, si tú no sabes hacer nada sin nosotros”:

.....

> “Lávate los dientes si no quieres tener caries”: .....

> “Tu hermana es muy responsable. Tú nunca te podrás parecer a ella”: .....

.....

> “No comas tanto, que te puede sentar mal”: .....

> “Deberías ponerte otro pantalón porque ése está un poco sucio”: .....

.....

> “Como siempre, nunca tienes razón en lo que dices”: .....

.....

> “La decisión de no tomarte la medicación creo que no es adecuada”: .....

.....

**ACTIVIDAD 4**

El educador o educadora meterá en una bolsa las preguntas que aparecen en la página siguiente y que se refieren a un mundo en el que todo sea igual.

**¿Qué pasaría si todos fuésemos hombres?**

**¿Qué pasaría si todos fuésemos niños?**

**¿Qué pasaría si todos fuésemos carpinteros?**

**¿Qué pasaría si sólo hubiese un equipo de fútbol?**

**¿Qué pasaría si el león fuese el único animal que existiera?**

**¿Qué pasaría si sólo pudiéramos comer pan?**

**¿Qué pasaría si existiese una única canción?**

**¿Qué pasaría si sólo existiera el color rojo?**

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“Acéptame  
como soy”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 3**

Ahora vamos a hacer dos murales que reflejen el mundo en el que estamos. Haced dos grupos, GRUPO 1 y GRUPO 2. Cada grupo hará un mural distinto, con el fondo del mapamundi.

PISTAS PARA EL EDUCADOR O EDUCADORA: organizar dos grupos y proporcionarles el material de MURAL 1 o MURAL 2 a cada uno.

**MURAL 1.**

Modelo de fondo (usar el modelo para que se dibuje en una superficie más grande): mapamundi bonito y con un lazo.

Siluetas de figuras diversas (recortar para colorear, una para cada alumno/a): gente alta, baja, gorda, pelo rizado, pelo de punta, flaca, manca, con muletas, etc.

Colores a utilizar: todos.

**MURAL 2.**

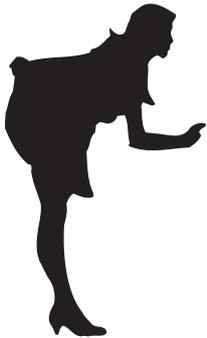
Modelo de fondo (usar el modelo para que se dibuje en una superficie más grande): mapamundi roto

Siluetas de figuras (recortar para colorear, una para cada alumno/a): todas iguales, muy marciales

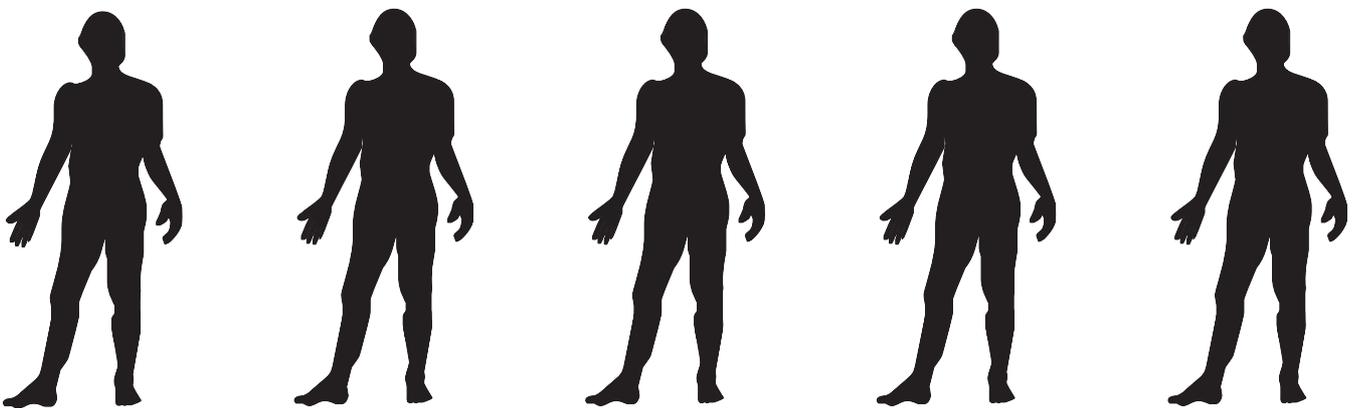
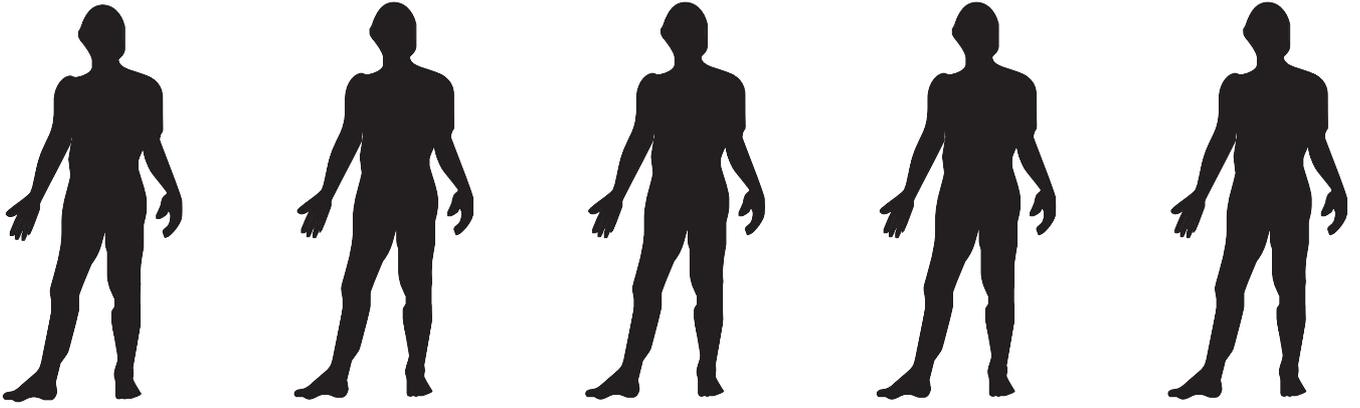
Colores a utilizar: un solo color, que sea oscuro (marrón o negro).

Además, se puede complementar la actividad con música. Se pueden utilizar canciones variadas para el Mural 1 y una única canción (que esté de moda y les guste mucho) que suene constantemente para el Mural 2.

MURAL 1



MURAL 2



APRENDER A DECIR "NO"

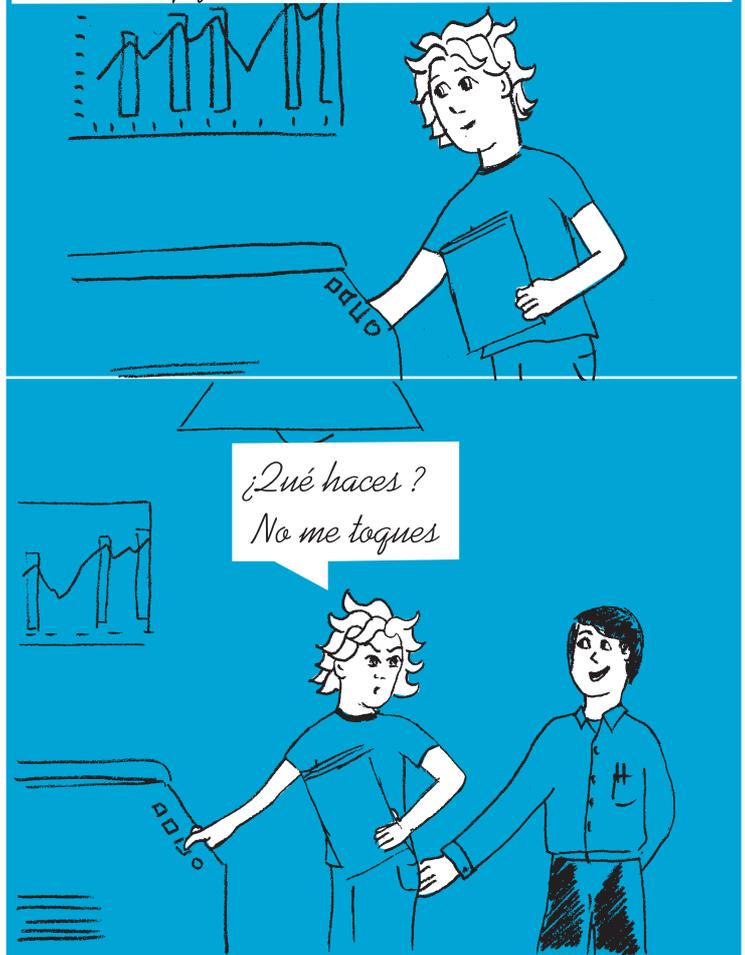
“NO”

## APRENDER A DECIR "NO"

No existe ningún motivo justificado para que una persona no reciba un buen trato.

Ante una  
situación violenta  
se debe decir  
"NO".

*Santi trabaja como ayudante en una oficina. Todos los días va al almacén donde está la fotocopidora para realizar las fotocopias que le manda su jefe*



**ACTIVIDAD 1.**

Escribe el final de las siguientes historias:

**María tiene quince años. Todos los días asiste a su centro para realizar un curso de informática. Un día durante el camino para ir a su centro se encuentra con un compañero que empieza a insultarla...**

¿Cómo debe actuar María?

.....

.....

.....

**Pepe es un amigo tuyo. Todos los días te pide que le hagas los deberes y te amenaza diciéndote que, si no los haces, dejará de ser tu amigo. Un día tú no llevas los deberes hechos y, cuando se lo dices a Pepe, te da una bofetada...**

¿Cómo debes actuar?

.....

.....

.....

.....

Manolo es tu vecino. Todas las tardes te invita a que vayas a su casa. Un día te dice que eres una chica muy guapa y que le gustaría que te quitaras la camiseta para mirar tu cuerpo...

¿Cómo debes actuar?

.....

.....

.....

.....

## ACTIVIDAD 2

Leed la siguiente historia:

**“Una chica lleva todos los días su bocadillo al centro para almorzar. Cuando llega el descanso, un chico le dice que se lo tiene que dar, que tiene hambre. Así un día tras otro”.**

Por parejas, inventad un final para esta historia. ¡Ten en cuenta que la víctima no desea darle el bocadillo y **DEBE DECIR “NO”**.

Después, delante de todo el grupo, cada pareja representará su historia con el final que haya inventado.

Ahora, para reforzar el ejercicio y aprender bien a decir NO, vamos a hacer un ensayo.

> Piensa en la **palabra NO**.

> Escríbela en este cuadrado, bien grande:



> Es una palabra muy corta pero que **tiene mucho significado**.

> Todo el mundo entiende esa palabra.

> Ahora prepara un **NO dentro de tu cabeza**.

> Tu NO será **muy claro y muy alto**.

> Ahora **di NO en voz alta**.

> **Repítelo** muchas veces.

> **Cada vez más alto**.

> **¡GRITA TU NO!**

**ACTIVIDAD 3**

Identifica cuáles son tus sentimientos en las siguientes situaciones:

> **Le pides a un compañero que te devuelva los colores que le has prestado y él te responde: "Déjame en paz, que no te los voy a dar".**

**¿Cómo te sientes?**

.....

.....

.....

.....

> **Una compañera de tu pandilla empieza a empujarte sin ningún motivo. Tu le dices: ¡Me estas haciendo daño!**

**Ella te responde: ¡Eres una blanda y si te hago daño te aguantas!**

**¿Cómo te sientes?**

.....

.....

.....

.....

> Un desconocido te da una palmada en el culo cuando pasas por su lado. Tú le preguntas ¿Por qué has hecho eso?  
Él te responde: ¡Porque me gusta tu trasero!

¿Cómo te sientes?

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 4**

Lee las siguientes situaciones y las posibles respuestas que pueden tener. Elige las soluciones correctas.

**SITUACIÓN 1.**

**Un amigo quiere que tú también te metas con Pedro y que le pegues como los demás están haciendo.**

**RESPUESTAS QUE TÚ PUEDES TENER:**

- Vale, yo también le voy a pegar.
- No me parece bien lo que hacéis, yo no participo; además debéis dejarlo en paz.
- Déjame en paz y no me molestes.

**SITUACIÓN 2.**

**María es tu amiga y está insultando a su compañera Pepa porque no le gusta la ropa que lleva. Tú llegas en ese momento y María te dice: ¡Dile a Pepa que va muy fea!**

**RESPUESTAS QUE TÚ PUEDES TENER:**

- ¡Déjame tranquila!
- Me callo y no digo nada.
- No es justo lo que estas haciendo; ella puede vestir como le guste. Creo que no deberías molestarla más.

**SITUACIÓN 3.**

Juana está paseando por un parque y cuando pasa por delante de tus amigos, uno de ellos empieza a gritarle: ¡Guapa, ven aquí con nosotros que te vamos a tocar ese culo!

**RESPUESTAS QUE TÚ PUEDES TENER:**

- No me parece bien lo que le estás diciendo. Es una falta de respeto.
- Me callo y no digo nada.
- Yo también le digo cosas a Juana.

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

**“NO”**

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....

“¿Cómo actuar?  
Comunícalo”

## RECURSOS

**Si una persona vive algunas de las situaciones trabajadas en este cuaderno, debe pedir ayuda.**

Debería hablar con una persona cercana sobre este problema para que le ayude.

**También es importante saber que hay personas que trabajan para ayudar cuando se sufre cualquier tipo de maltrato.**

Al final de este manual, hay un directorio con todas las direcciones y teléfonos donde se puede pedir ayuda.

*Santi le cuenta a su educadora que cree que ha sufrido maltrato.*



**ACTIVIDAD 1**

A continuación tienes un listado de lugares donde ayudan a las personas que sufren maltrato, con direcciones y números de teléfono. Léelas y subraya aquellas que están cerca de donde tú vives o las que te afectan por algún motivo.

**DIRECCIONES Y TELÉFONOS DE INTERÉS****Servicio de Atención Urgente 24 horas.**

Teléfono Gratuito: **112**

**Secretaría Sectorial de la Mujer y de la Juventud.**

C/ Villaleal, 1 – 30001 Murcia. Teléfono: **968 366645**

**Oficina de Asistencia a Víctimas de Delitos de Murcia.**

Palacio de Justicia. Paseo Ronda de Garay, 5

30003 MURCIA. Teléfono: **968 229264**

**Oficina de Asistencia a Víctimas de Delitos de Cartagena.**

Palacio de Justicia. C/ Angel Bruno, 21 – 30204 CARTAGENA. Teléfono: **968 326131**

**Emume (Equipo Mujer Menor)****de la Comandancia de la Guardia Civil de la 5ª Zona (Murcia)**

C/ Pintor Inocencio Medina Vera, 5 – 30007 MURCIA. Teléfono: **968 234565 (ext. 270)**

**Servicio de Atención a las Familias (S.A.F.)****de la Jefatura Superior de la Policía de Murcia.**

Plaza Ceballos, 13 – 30003 MURCIA. Teléfono: **968 355513**

## ACTIVIDAD 2

Por parejas, haced un ensayo de cómo pediríais ayuda a alguno de estos servicios: una persona debe hacer de víctima y otra persona debe hacer de responsable del servicio. Después intercambiáis los papeles.

**Podéis hacer una prueba imaginando que vais al servicio personalmente o bien que hacéis una llamada telefónica.**

**ACTIVIDAD 3**

Ahora, después de haber trabajado tantos días sobre el maltrato, vuelve a la actividad 1 del módulo 4 y revisa la respuesta que has dado en la pregunta de cómo ayudarías en cada una de las 3 historias ¿cambiarías algo?

**Beatriz es tu vecina. Ella tiene una hermana que se llama Pepa. Pepa siempre insulta a Beatriz porque no le gusta cómo viste y no quiere salir con ella a la calle por vergüenza.**

**Un día, te encuentras a Beatriz sentada muy triste en la puerta de su casa y, cuando le preguntas qué le pasa, te cuenta que Pepa le ha dicho: “No quiero que nadie te vea conmigo, fea”**

¿Qué le ocurre a Beatriz?

.....

.....

.....

¿Cómo podría actuar Beatriz?

.....

.....

.....

¿Crees que podrías ayudarle? ¿Cómo?

.....

.....

.....

Carlos es un amigo tuyo que trabaja como carpintero desde hace tres años. Al principio, él estaba muy contento, pero desde hace unos meses se siente triste. No quiere ir al trabajo.

Un día le preguntas qué le pasa y él te cuenta que un compañero le da pellizcos cuando no mira nadie y no lo quiere comentar en la empresa por si le echan del trabajo.

¿Qué le ocurre a Carlos?

.....

.....

.....

¿Cómo podría actuar Carlos?

.....

.....

.....

¿Crees que podrías ayudarlo? ¿Cómo?

.....

.....

.....

Claudia es tu prima y te llama por teléfono para contarte una situación que le ha pasado hace un rato.

Te dice que estaba sola en su casa y que llamaron a la puerta. Ella preguntó: “¿quién es?” Y un hombre contestó: “vengo a entregar un paquete”. Ella miró por la mirilla y vió un hombre vestido con chaqueta y corbata. Como iba bien vestido le abrió la puerta. Cuando entró le dijo: “quítate la ropa” y se abalanzó sobre ella.

¿Qué le ha ocurrido a Claudia?

.....

.....

.....

¿Cómo debería haber actuado Claudia?

.....

.....

.....

¿Crees que podrías ayudarle? ¿Cómo?

.....

.....

.....

## ACTIVIDAD 4

En esta página tienes una tarjeta en la que se pueden recoger los números de teléfono de atención a personas maltratadas a los que puedes acudir si necesitas ayuda.

**Rellena los números que faltan con los datos del listado de la Actividad 1 de este módulo o con otros que tú conozcas.**

**Esta tarjeta debes recortarla y llevarla siempre encima, en la cartera, para tenerla a la mano si en algún momento tienes que pedir ayuda. Además, deberías aprenderte de memoria el número 1 1 2, para cualquier urgencia que puedas tener.**



TELÉFONOS DE INTERÉS
Servicios sociales:
Instituto de la mujer:
Familiar:
Centro:
Otro:

**ACTIVIDAD 1**

Resume en cinco líneas o en comentario corto lo que hemos trabajado sobre este módulo:

.....

.....

.....

.....

.....

**ACTIVIDAD 2**

Comenta en grupo la frase resumen de este módulo:

“¿Cómo actuar?  
Comunícalo”

Ahora, escribe las principales conclusiones a las que ha llegado el grupo.

.....

.....

.....

.....

.....

# PARA TERMINAR

## ... CÓMO SABER SI SUFRES UN MALTRATO

Como hemos dicho, es difícil saber si estamos en una situación de maltrato.

Nos podemos hacer algunas preguntas que nos ayudarán a saberlo:

**¿Piensas que puede haber alguien que te maltrata?** Piensa en esa persona mientras que contestas las preguntas siguientes:

NOMBRE:	SÍ	A VECES	NO
Me insulta			
Me pega			
Me dice que nunca hago nada bien			
Me toca cuando yo no quiero			
Me amenaza			
Hace daño a mi animal de compañía			
Me enseña sus genitales			
Me dice que no valgo para nada			
Me dice que no lo cuente			
Me dice que le toque cuando yo no quiero			
Habla mal de mí en público			
Rompe objetos que me importan mucho			
Me mira cuando me desvisto, cuando yo no le he dado permiso para hacerlo			
Me dice que me va a hacer regalos si le acaricio y no lo cuento a nadie			
Me tira del pelo			
Me da pellizcos			

Una vez relleno el cuestionario, sería conveniente que se lo dejaras a tu educador o educadora para revisar las respuestas. Piensa que esta información es muy privada y no se debe comentar en grupo.

En los casos en los que el educador o la educadora lo crea conveniente, según las respuestas del cuestionario, tendrá una entrevista más individualizada con el alumno para identificar claramente si existe una situación de maltrato o si pudiera darse un error en las respuestas.

FINANCIADO POR:



**Región de Murcia**  
Consejería de Trabajo y Política Social  
Dirección General de Familia  
y Servicios Sectoriales

MANUAL DE **PREVENCIÓN Y DETECCIÓN DEL MALTRATO**  
PARA MUJERES CON DISCAPACIDAD PSÍQUICA



COFINANCIADO Y  
ELABORADO POR:

